

BAB 2

TINJAUAN TEORETIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Motivasi

2.1.1.1 Pengertian Motivasi

Motivasi merupakan dorongan internal yang menstimulasi seseorang untuk bertindak atau berperilaku tertentu. Konsep ini berkaitan dengan alasan di balik munculnya suatu tindakan, yaitu faktor-faktor yang memicu seseorang untuk melakukan atau menghindari sesuatu (Manik dkk., 2024, p.361). Secara umum, motivasi dapat dipahami sebagai keinginan individu untuk memperoleh kedudukan, kekuasaan, serta pengakuan yang lebih tinggi. Motivasi menjadi landasan penting dalam mencapai keberhasilan di berbagai aspek kehidupan melalui peningkatan kemampuan dan kemauan diri. Berbagai faktor baik intrinsik maupun ekstrinsik, turut mempengaruhi tingkat motivasi seseorang sehingga berdampak pada konsistensi dan kualitas perilaku yang ditunjukkan (Wahidah & Chrisulianti, 2024).

Menurut Suherman dkk. (2022, p.59), motivasi merupakan tindakan atau upaya yang dilakukan oleh manajer untuk membangkitkan serta meningkatkan semangat belajar dan antusiasme para peserta didik. Sementara itu, Supriana dkk. (2020, p. 19) menjelaskan bahwa motivasi adalah dorongan dari dalam diri seseorang yang menuntunnya untuk bertindak laku dalam rangka mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Motivasi merupakan hasil dari berbagai proses, baik yang berasal dari dalam diri maupun dari luar individu, yang menumbuhkan semangat dan ketekunan dalam menjalankan aktivitas tertentu (Suharni, 2021, p.175). Motivasi sebagai penggerak utama yang menentukan arah dan ketekunan seseorang dalam mencapai tujuan yang diharapkan.

Berdasarkan pandangan para ahli tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa motivasi merupakan suatu dorongan atau alasan mendasar yang menjadi pendorong utama seseorang dalam bertindak untuk mencapai tujuan tertentu. Motivasi berperan sebagai kekuatan internal yang menumbuhkan semangat, komitmen, dan ketekunan dalam melaksanakan berbagai aktivitas. Dengan kata lain, motivasi dapat diartikan sebagai keseluruhan faktor yang membangkitkan hasrat, energi, dan kemauan dalam diri individu untuk berupaya, berprestasi, serta mempertahankan konsistensi dalam mencapai hasil yang diinginkan.

2.1.1.2 Teori-Teori Motivasi

Setiap teori motivasi pada dasarnya berupaya menjelaskan hakikat manusia serta potensi yang dapat dikembangkan oleh manusia itu sendiri. Dengan kata lain, teori motivasi mengandung pandangan tertentu mengenai bagaimana individu berpikir, berperilaku, dan bereaksi terhadap berbagai situasi (Uno, 2023, p.17). Isi dari teori motivasi memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang dinamika interaksi antara individu dan lingkungan sekitar. Melalui teori ini, dapat dijelaskan bagaimana seseorang berperan aktif dalam menciptakan hubungan kegiatan yang produktif dan harmonis setiap hari. Selain itu, teori motivasi juga berfungsi sebagai pedoman bagi individu dalam menganalisis serta menyelesaikan berbagai permasalahan yang muncul di lingkungan sekitar.

Menurut Widhayanti dkk. (2024, p.116), terdapat beberapa teori motivasi yang menjelaskan bagaimana dorongan manusia terbentuk dan berpengaruh terhadap perilaku belajar dan pembelajaran, antara lain sebagai berikut:

1. Teori Abraham H. Maslow

Abraham H. Maslow dikenal sebagai salah satu tokoh utama dalam pengembangan teori motivasi. Pada tahun 1940-an, ia memperkenalkan konsep hierarki kebutuhan manusia yang terdiri dari lima tingkatan, yaitu kebutuhan fisiologis (seperti makanan, pakaian, dan tempat tinggal), kebutuhan akan rasa aman (baik secara fisik, mental, maupun intelektual), kebutuhan sosial, kebutuhan akan penghargaan yang sering tercermin melalui status atau pengakuan, serta kebutuhan aktualisasi diri, yakni keinginan seseorang untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya menjadi kemampuan nyata.

2. Teori ERG Clayton P. Alderfer

Clayton P. Alderfer mengemukakan teori ERG yang merupakan penyempurnaan dari teori Maslow. Dalam pandangannya, manusia berusaha memenuhi berbagai kebutuhan secara bersamaan, bukan secara berurutan. Kebutuhan tersebut dibagi menjadi tiga kategori, yaitu Existence (keberadaan), Relatedness (hubungan sosial), dan Growth (pertumbuhan diri). Teori ini juga menjelaskan bahwa faktor pendorong motivasi bisa bersifat intrinsik, berasal dari dalam diri individu, maupun ekstrinsik, yang bersumber dari lingkungan luar seperti keluarga atau organisasi.

3. Teori Frederick Herzberg

Frederick Herzberg membedakan dua kelompok faktor yang memengaruhi motivasi kerja, yaitu faktor motivasional dan faktor higiene. Faktor motivasional bersifat intrinsik, berasal dari dalam diri individu, dan berhubungan dengan kepuasan kerja serta pencapaian prestasi. Sementara itu, faktor higiene bersifat ekstrinsik, berasal dari luar diri individu seperti kondisi keluarga, dan berfungsi mencegah timbulnya ketidakpuasan dalam suatu kegiatan.

2.1.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi

Motivasi memiliki peranan penting dalam menentukan tingkat keberhasilan yang dapat dicapai seseorang. Motivasi juga mencerminkan kondisi psikologis yang berpengaruh terhadap kinerja individu dalam melaksanakan pekerjaannya. Munculnya motivasi dalam diri seseorang tidak terjadi secara spontan, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang menjadi pendorongnya. Dalam konteks pekerjaan, baik faktor internal seperti keinginan, tujuan, dan kepuasan diri, maupun faktor eksternal seperti lingkungan kerja dan dukungan organisasi, sama-sama berperan dalam menumbuhkan serta mempertahankan motivasi seseorang untuk mencapai hasil yang optimal.

Menurut Abbas (2023, p.46), motivasi seseorang dipengaruhi oleh dua kelompok faktor utama, yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1. Faktor Internal

Faktor ini bersumber dari dalam diri individu dan berkaitan dengan kebutuhan serta keinginan pribadi yang mendorong seseorang untuk bertindak. Faktor-faktor tersebut meliputi:

a. Keinginan untuk mempertahankan hidup

Dorongan ini merupakan kebutuhan dasar manusia yang muncul secara alami untuk menjaga keberlangsungan hidup. Keinginan tersebut mendorong seseorang agar tetap berusaha memenuhi kebutuhan fisik, seperti kesehatan, keamanan, dan kenyamanan dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

b. Keinginan untuk memiliki sesuatu

Faktor ini berkaitan dengan hasrat individu untuk memperoleh hal-hal yang diinginkan untuk pencapaian tertentu. Dorongan ini membuat seseorang berusaha keras untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebagai bentuk pemenuhan keinginan pribadi.

- c. Keinginan memperoleh penghargaan

Dorongan ini timbul karena setiap individu memiliki rasa ingin dihargai atas usaha dan hasil yang telah dilakukan. Penghargaan dapat berupa pujian, ucapan terima kasih, maupun bentuk pengakuan lainnya yang memberikan kepuasan batin serta mendorong seseorang untuk terus meningkatkan kemampuannya.
 - d. Keinginan mendapatkan pengakuan dari orang lain

Faktor ini berhubungan dengan kebutuhan sosial seseorang untuk diakui keberadaannya dalam kelompok atau lingkungan sekitar. Ketika seseorang mendapatkan pengakuan, ia akan merasa lebih dihargai dan termotivasi untuk berkontribusi lebih baik dalam berbagai kegiatan.
 - e. Keinginan untuk memiliki kekuasaan atau pengaruh

Dorongan ini mencerminkan keinginan seseorang untuk memiliki kendali, memimpin, atau memberikan pengaruh terhadap orang lain. Keinginan tersebut dapat muncul dalam bentuk tanggung jawab untuk mengatur, mengarahkan, atau menjadi panutan dalam suatu kelompok sosial.
2. Faktor Eksternal
- Faktor ini berasal dari luar individu dan biasanya berkaitan dengan lingkungan sekitar maupun kondisi sekitar, beberapa di antaranya meliputi:
- a. Suasana dan kondisi pembelajaran yang mendukung

Lingkungan belajar yang nyaman, aman, dan menyenangkan dapat meningkatkan semangat serta fokus individu dalam beraktivitas. Ketika suasana pembelajaran didesain kondusif, hubungan baik antara guru dan siswa, serta dukungan fasilitas yang memadai, seseorang akan merasa lebih termotivasi untuk berpartisipasi secara aktif.
 - b. Pemberian kompensasi yang layak

Kompensasi dapat berupa penghargaan, fasilitas, maupun insentif yang diberikan atas usaha dan pencapaian individu. Pemberian kompensasi yang proporsional membuat seseorang merasa dihargai, sehingga tumbuh rasa tanggung jawab dan keinginan untuk terus menunjukkan kinerja yang baik.

c. Pengawasan atau supervisi yang efektif

Bimbingan dan pengawasan yang dilakukan secara terarah dan profesional membantu individu memahami tujuan kegiatan serta cara mencapainya dengan benar. Supervisi yang baik tidak hanya menilai hasil, tetapi juga memberikan arahan, masukan, dan dukungan agar seseorang dapat berkembang sesuai potensinya.

d. Adanya jaminan keamanan dalam pekerjaan

Rasa aman dari risiko, tekanan berlebihan, maupun ketidakpastian membuat individu lebih tenang dan fokus dalam menjalankan aktivitas. Jaminan keamanan ini dapat berupa perlindungan terhadap keselamatan fisik, dukungan moral, maupun kepastian terhadap hak dan kewajiban yang dimiliki.

e. Status dan tanggung jawab yang jelas

Kejelasan peran, wewenang, dan tanggung jawab membuat individu memahami posisi serta kontribusinya dalam kelompok atau organisasi. Dengan status yang jelas, seseorang akan lebih mudah menyesuaikan diri, mengatur langkah pembelajaran, serta menunjukkan komitmen terhadap tugas sebagai peserta didik.

f. Penerapan peraturan yang bersifat fleksibel dan tidak membebani peserta didik

Peraturan yang diterapkan secara adil, tidak kaku, dan mempertimbangkan kondisi peserta didik dapat menciptakan suasana yang lebih harmonis dan produktif. Fleksibilitas dalam aturan memberi ruang bagi individu untuk berkreasi, menyesuaikan diri dengan kemampuan, serta merasa nyaman dalam menjalankan kegiatan tanpa tekanan berlebihan.

Kedua kelompok faktor tersebut saling berinteraksi dalam membentuk tingkat motivasi seseorang, sehingga keseimbangan antara motivasi internal dan eksternal sangat penting untuk mendorong pembelajaran optimal dalam lingkungan peserta didik. Keterkaitan ini memungkinkan peserta didik mempertahankan dorongan belajar meskipun menghadapi tantangan atau tekanan dari luar. Selain itu, integrasi yang harmonis antara kedua faktor tersebut dapat meningkatkan efektivitas proses pembelajaran secara menyeluruh.

2.1.2 Motivasi Berprestasi

2.1.2.1 Pengertian Motivasi Berprestasi

Teori kebutuhan McClelland dikemukakan oleh David McClelland (Robbins, 2008) melalui konsep yang dikenal sebagai McClelland's Achievement Motivation Theory atau Teori Motivasi Berprestasi McClelland. Teori ini menyatakan bahwa setiap individu memiliki sejumlah energi potensial yang dapat dimanfaatkan. Pemanfaatan dan pelepasan energi tersebut dipengaruhi oleh tingkat kekuatan dorongan motivasi seseorang, serta kondisi dan kesempatan yang ada di sekitarnya. Motivasi ini berkaitan erat dengan usaha untuk meraih keberhasilan melalui kemampuan menguasai dan menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial maupun fisik, mengatasi hambatan yang muncul, serta menjaga standar kinerja yang optimal. Selain itu, individu yang memiliki motivasi berprestasi juga berupaya untuk melampaui pencapaian sebelumnya dan berkompetisi secara sehat guna memperoleh hasil yang lebih baik dari orang lain (Damanik, 2020, p.54).

Haru & Ruteng (2023, p.3) menjelaskan bahwa motivasi berprestasi merupakan kekuatan pendorong yang berasal dari dalam diri seseorang untuk mencapai tingkat prestasi setinggi mungkin sesuai dengan target yang ditetapkannya sendiri. Sementara itu, menurut Bangun (2020, p.26) motivasi berprestasi adalah dorongan atau keinginan individu untuk menyelesaikan suatu tugas, mencapai standar keberhasilan tertentu, serta berusaha keras demi meraih kesuksesan yang diinginkan.

Motivasi berprestasi merupakan kondisi internal yang mendorong seseorang untuk berusaha mengatasi hambatan, menunjukkan kemampuan, serta menyelesaikan tugas-tugas yang menantang dengan cara yang sebaik dan seefisien mungkin (Damanik, 2020, p.52). Motivasi ini menjadikan pencapaian prestasi sebagai tujuan utama dari tindakan individu. Seseorang yang memiliki motivasi berprestasi tinggi umumnya berani mengambil risiko dan berupaya keras mencapai hasil maksimal. Menurut Damanik (2020, p.52), motivasi berprestasi memiliki peran penting dalam kehidupan sehari-hari karena mendorong individu untuk menghadapi tantangan, memecahkan permasalahan, bersaing secara positif, dan meningkatkan sebuah kemampuan. Berdasarkan berbagai pandangan tersebut, dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi merupakan dorongan dari dalam diri individu untuk berusaha maksimal dalam mencapai keberhasilan, mengatasi rintangan, dan berorientasi pada hasil yang optimal.

2.1.2.2 Ciri-Ciri Motivasi Berprestasi

Menurut Damanik (2020, p.53), individu yang memiliki motivasi berprestasi tinggi umumnya menunjukkan beberapa karakteristik khusus sebagai berikut:

1. Mempunyai keinginan untuk bersaing secara sehat dengan dirinya sendiri maupun dengan orang lain

Sikap ini mencerminkan dorongan individu untuk terus berkembang melalui kompetisi yang positif. Atlet dengan motivasi ini tidak hanya berusaha mengalahkan orang lain, tetapi juga berfokus pada peningkatan kemampuan diri sendiri dari waktu ke waktu. Persaingan yang sehat menumbuhkan sportivitas, rasa percaya diri, serta semangat pantang menyerah untuk mencapai hasil terbaik tanpa harus menjatuhkan lawan.

2. Mempunyai keinginan bekerja dengan baik

Keinginan untuk bekerja dengan baik menunjukkan adanya komitmen dan etos kerja yang tinggi dalam diri seseorang. Dalam konteks atletik, hal ini tampak melalui kedisiplinan dalam berlatih, kepatuhan terhadap instruksi pelatih, dan kemauan untuk memberikan performa maksimal dalam setiap kesempatan. Individu dengan dorongan ini cenderung berorientasi pada hasil dan kualitas kerja, bukan hanya pada pencapaian jangka pendek.

3. Berpikir realistis, tahu kemampuan serta kelemahan dirinya

Kemampuan untuk berpikir realistis berarti individu mampu menilai secara objektif potensi dan keterbatasan yang dimilikinya. Atlet yang realistis dapat menentukan target latihan dan kompetisi yang sesuai dengan kemampuannya, serta menggunakan kelemahannya sebagai bahan evaluasi untuk perbaikan. Kesadaran diri seperti ini penting untuk menghindari *overconfidence* atau rasa rendah diri yang dapat menghambat pencapaian prestasi.

4. Memiliki tanggung jawab pribadi

Rasa tanggung jawab pribadi mencerminkan kematangan sikap dan kemandirian seseorang dalam menjalankan tugasnya. Atlet yang memiliki tanggung jawab pribadi akan berusaha menjalankan kewajibannya dengan sungguh-sungguh tanpa bergantung pada orang lain. Ia menyadari bahwa hasil yang diperoleh merupakan cerminan dari usaha dan disiplin dirinya sendiri, sehingga selalu berkomitmen untuk memberikan yang terbaik.

5. Mampu membuat terobosan dalam berpikir dan berpikir strategis dalam jangka panjang

Kemampuan berpikir inovatif dan strategis merupakan ciri individu yang memiliki orientasi masa depan. Atlet dengan kemampuan ini tidak hanya fokus pada hasil sesaat, tetapi juga merancang strategi jangka panjang untuk meningkatkan performa dan karier olahraganya. Ia mampu mencari cara baru dalam mengatasi hambatan, memperbaiki teknik, serta merancang pola latihan yang lebih efektif agar dapat terus berkembang.

6. Selalu memanfaatkan umpan balik untuk perbaikan

Umpan balik merupakan sarana penting dalam proses pengembangan diri. Atlet yang memiliki motivasi tinggi tidak akan menolak kritik, melainkan menjadikannya sebagai bahan evaluasi untuk memperbaiki kekurangan. Dengan memanfaatkan masukan dari pelatih, rekan tim, maupun hasil pertandingan, individu dapat menyesuaikan strategi, memperkuat aspek yang lemah, dan meningkatkan performa di masa mendatang.

2.1.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Motivasi Berprestasi

Motivasi bukanlah kekuatan yang bersifat netral atau muncul begitu saja tanpa adanya pengaruh dari faktor-faktor tertentu. Motivasi yang ada dalam diri seseorang terbentuk melalui berbagai aspek yang saling berhubungan. Dorongan atau energi untuk melakukan suatu aktivitas merupakan unsur penting dalam Teori Determinasi Diri (*Self Determination Theory*), yang diyakini berperan dalam mempertahankan serta mendorong terjadinya perubahan perilaku. Menurut Deci & Ryan (1985, p.76), teori ini membedakan motivasi menjadi dua jenis utama, yaitu motivasi intrinsik (*autonomous motivation*) dan motivasi ekstrinsik (*controlled motivation*). Faktor-faktor yang memengaruhi motivasi berprestasi siswa terbagi menjadi dua, yaitu faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Menurut Herzberg yang dikutip Luthans (2011, p.28) motivasi adalah keinginan untuk melakukan suatu kegiatan untuk mencapai tujuannya. Dalam motivasi terdapat 2 (dua) faktor, yakni faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Fiqih (2013, p.72), faktor pendorong individu dibagi menjadi dua yaitu dimensi intrinsik dan dimensi ekstrinsik:

1. Motivasi Intrinsik

Menurut Herzberg yang dikutip oleh Hasibuan (2011, p.65) motivasi Intrinsik merupakan pendorong seseorang untuk berprestasi yang bersumber dari dalam diri orang. Indikator motivasi intrinsik menurut Fiqih (2013, p.75) yaitu sebagai berikut:

a. Kepribadian

Secara umum, kepribadian dapat diartikan sebagai sifat dasar yang tercermin melalui perilaku seseorang dan menjadi pembeda antara individu satu dengan lainnya.

b. Prestasi

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, prestasi diartikan sebagai hasil yang diperoleh dari suatu kegiatan atau usaha tertentu. Berdasarkan analisis terhadap atlet berprestasi dunia, ditemukan bahwa keberhasilan dalam meraih prestasi tinggi hanya dapat dicapai oleh individu yang memiliki kondisi fisik optimal, penguasaan teknik yang baik, karakter psikologis dan moral yang sesuai dengan cabang olahraga yang digeluti, serta pengalaman latihan dan kompetisi yang cukup panjang.

c. Kesenangan

Secara umum, kesenangan merupakan reaksi positif tubuh dan pikiran terhadap suatu tindakan yang dianggap menguntungkan atau menyehatkan diri. Rasa senang dapat diperoleh melalui berbagai aktivitas seperti olahraga, makan, atau kegiatan yang menimbulkan kepuasan. Kesenangan juga merupakan pengalaman subjektif karena setiap individu memiliki cara berbeda dalam merasakan dan menilai suatu bentuk kenikmatan dalam situasi yang sama.

2. Motivasi Ekstrinsik

Menurut Herzberg dalam Christianto (2013, p.48), motivasi ekstrinsik adalah motivasi yang bersumber dari luar diri yang turut menentukan perilaku seseorang dalam kehidupan seseorang yang dikenal dengan motivasi ekstrinsik. Indikator motivasi ekstrinsik menurut Fiqih (2013, p.77) yaitu sebagai berikut:

a. Fasilitas

Fasilitas olahraga merupakan unsur penting yang mendukung terselenggaranya kegiatan olahraga. Tanpa adanya sarana dan prasarana yang

memadai, sulit bagi masyarakat untuk berpartisipasi secara aktif dalam aktivitas olahraga. Semakin lengkap dan mudah diakses fasilitas olahraga, semakin besar pula kemungkinan masyarakat memanfaatkannya untuk berolahraga.

b. Metode Latihan

Metode latihan merupakan pendekatan yang sistematis dan terstruktur dalam menyelenggarakan kegiatan olahraga guna meningkatkan kemampuan gerak atau prestasi tertentu. Melalui metode ini, proses latihan dapat dilakukan secara efisien sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Komponen utama dalam latihan fisik meliputi:

- 1) Kekuatan (*Strength*)
- 2) Daya tahan otot
- 3) Daya ledak otot (*Explosive power*)
- 4) Kelentukan (*Flexibility*)
- 5) Kecepatan (*Speed*)
- 6) Kelincahan (*Agility*)
- 7) Keseimbangan (*Balance*)
- 8) Koordinasi
- 9) Daya tahan umum (*Endurance*)

Setiap komponen tersebut saling berhubungan dan menjadi bagian penting dalam pembentukan performa atlet secara menyeluruh.

c. Sosial

Aspek sosial dalam olahraga berkaitan dengan hubungan dan interaksi antarindividu baik dalam komunitas olahraga maupun dengan masyarakat umum. Nilai sosial dalam olahraga berfungsi mempererat solidaritas dan kebersamaan di antara anggota masyarakat. Solidaritas ini erat kaitannya dengan nilai fairness atau keadilan yang menjunjung objektivitas dalam berolahraga.

d. Hadiah

Dalam konteks motivasi ekstrinsik, keinginan untuk memperoleh imbalan atau keuntungan dari pihak lain menjadi pendorong seseorang untuk berprestasi. Bentuk penghargaan ini dapat berupa hadiah, trofi, piala, maupun bonus uang tunai. Dalam dunia olahraga, pemberian bonus kepada atlet

berprestasi masih menjadi salah satu cara efektif untuk meningkatkan semangat berlatih dan mendorong pencapaian prestasi yang lebih tinggi. Terdapat beberapa hal penting yang harus diperhatikan ketika sistem pemberian hadiah diterapkan dalam dunia olahraga, yaitu: 1) Atlet perlu diberi pemahaman yang jelas mengenai tujuan dan makna dari pemberian hadiah tersebut; 2) Jenis hadiah yang diberikan sebaiknya memiliki nilai yang berarti, bukan hadiah yang tidak bermanfaat atau bersifat kekanak-kanakan; 3) Pemberian hadiah harus dilakukan dengan prinsip keadilan dan pemerataan kepada seluruh atlet yang berhak menerimanya; dan 4) Nilai hadiah sebaiknya disesuaikan dengan tingkat usaha dan pengorbanan yang telah dilakukan oleh atlet dalam mencapai hasil tertentu.

Motivasi untuk berprestasi memiliki peran penting dalam membantu individu mencapai tujuan dengan lebih efektif dan efisien. Atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan terdorong untuk berusaha keras dalam meraih hasil terbaiknya. Dorongan internal ini tercermin melalui semangat dan konsistensi dalam berlatih, karena prestasi maksimal hanya dapat dicapai melalui proses latihan yang panjang dan terencana. Untuk meraih hasil optimal, seorang atlet harus melalui perjalanan latihan yang bertahun-tahun dengan berbagai pengorbanan, baik tenaga, waktu, maupun biaya. Menurut Leonard (dalam Yulianto, 2016, p.73), apabila seorang atlet tidak memahami makna atau tujuan dari aktivitas olahraga yang dilakukannya, maka ia berisiko mengalami ketidakseimbangan antara kondisi fisik dan mentalnya. Akibatnya, pencapaian prestasi menjadi tidak stabil, meskipun sesekali dapat menghasilkan performa yang baik.

2.1.3 Permainan Bola Voli

2.1.3.1 Pengertian Bola Voli

Menurut Abidin & Siregar (2025, p.3), esensi dari permainan bola voli adalah memukul bola menggunakan seluruh bagian tubuh dan mengarahkannya melewati net ke area tim lawan. Permainan ini melibatkan dua tim yang masing-masing bermain dengan sebuah bola besar. Setiap tim hanya diperbolehkan melakukan tiga kali sentuhan terhadap bola, dan seorang pemain tidak boleh menyentuh bola dua kali secara berurutan, kecuali dalam situasi *blocking*. Lapangan bola voli memiliki bentuk persegi panjang dengan dimensi panjang 18 meter dan lebar 9 meter. Net yang membagi lapangan memiliki lebar

1 meter dan panjang 9,5 meter, serta dipasang secara vertikal di atas garis tengah lapangan. Menurut PBVSI, tinggi net berbeda antara putra dan putri, yaitu 2,43 meter untuk pemain putra dan 2,24 meter untuk pemain putri.

Prasetyan (2024, p.215) mengungkapkan bahwa bola voli termasuk dalam jenis olahraga beregu, di mana setiap tim terdiri dari enam orang pemain. Permainan ini dapat berlangsung secara efektif apabila seluruh pemain setidaknya telah menguasai teknik teknik dasar dalam bermain bola voli. Selama permainan berlangsung, bola dapat dimainkan menggunakan berbagai bagian tubuh, seperti tangan, kaki, kepala, maupun bagian tubuh lainnya. Dalam satu pertandingan, setiap tim menurunkan enam pemain di dalam lapangan. Jumlah maksimal anggota dalam satu tim adalah 12 orang. Posisi awal para pemain saat pertandingan dimulai akan menentukan urutan giliran melakukan *servis* sepanjang pertandingan. Selain itu, seluruh pemain dari kedua tim harus mematuhi urutan rotasi posisi yang benar setiap kali *servis* dilakukan, baik oleh tim sendiri maupun lawan (Rohman dkk., 2025, p.22).

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan bahwa bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam jenis permainan net dan dimainkan oleh dua tim di lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 9 meter untuk lebar dan 18 meter untuk panjang. Permainan ini dilakukan dengan cara memukul bola (memvoli) di udara dan mengarahkan bola melewati net dengan tujuan agar bola jatuh di area lawan guna memperoleh poin. Di lingkungan sekolah, bola voli menjadi salah satu olahraga permainan yang diajarkan, bahkan dijadikan sebagai pilihan dalam kegiatan kelas atlet bola voli.

2.1.3.2 Teknik-Teknik Permainan Bola Voli

Chandra & Inzaghi (2025, p.66) menjelaskan bahwa permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang menuntut penguasaan keterampilan teknis. Dalam permainan ini, setiap pemain harus mampu menjaga agar bola tetap berada di udara dan tidak jatuh ke permukaan lapangan. Untuk meraih prestasi yang optimal dalam bola voli, teknik bermain sangat berkaitan erat dengan aspek gerakan, kondisi fisik, strategi permainan (taktik), dan kesiapan mental. Jika seluruh pemain telah menguasai teknik dasar dengan baik, maka peluang meraih kemenangan akan semakin besar. Menurut Ananda & Salamah (2025, p.17) dasar-dasar atau fondasi dalam melakukan suatu aktivitas sangat penting untuk dipahami dan dikuasai secara menyeluruh.

Berli dkk. (2024, p.25) menyatakan bahwa bola voli merupakan permainan yang kompleks dan tidak semua orang mampu melakukannya dengan mudah. Menurutnya, terdapat beberapa teknik dasar yang wajib dikuasai dalam permainan ini, antara lain *servis*, *passing* bawah, *passing* atas, *blocking*, dan *smash*. Penguasaan teknik dasar sangatlah penting, karena menjadi bagian yang tidak bisa dipisahkan dari permainan bola voli. Pemain yang menguasai teknik-teknik tersebut dengan baik cenderung mampu bermain secara lebih efisien dan efektif, sehingga memberikan kontribusi besar bagi tim saat bertanding.

Bola voli merupakan jenis olahraga tim, sehingga kekuatan suatu regu sangat bergantung pada kemampuan, keterampilan, dan kecakapan setiap individu yang tergabung di dalamnya. Selain itu, faktor-faktor seperti toleransi antar pemain, rasa saling percaya, kerja sama, dan kekompakan saat bermain turut menentukan soliditas tim. Semua hal tersebut akan terbentuk apabila masing-masing pemain telah menguasai teknik dasar dalam permainan bola voli. Terdapat empat jenis teknik dasar utama dalam permainan bola voli, yang dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

1. *Service*

Servis merupakan teknik pukulan awal yang digunakan untuk memulai permainan dan dilakukan dari area *servis*. Menurut Ahmadi (2007, p.20), *servis* adalah pukulan bola dari belakang garis akhir lapangan yang diarahkan melewati net ke area lawan. Senada dengan itu, Widodo & Pratomo (2025, p.4966) juga menyebutkan bahwa *servis* adalah pukulan pertama yang dilakukan dari garis belakang dengan tujuan mengirim bola ke lapangan lawan. Terdapat dua jenis *servis* utama, yaitu: (a) *servis* bawah dan (b) *servis* atas. Oleh karena itu, teknik dasar ini sangat penting untuk dikuasai dan perlu dilatih secara rutin dan konsisten.

2. *Passing*

Menurut Santoso (2014, p.7), *passing* adalah tindakan mengoperkan bola kepada teman satu regu dengan teknik khusus sebagai langkah awal dalam menyusun strategi serangan terhadap lawan. Teknik *passing* terbagi menjadi dua jenis, yaitu *passing* atas dan *passing* bawah. *Passing* bawah digunakan saat bola datang di bawah tinggi dada, sedangkan *passing* atas dilakukan ketika bola datang di atas tinggi dada.

3. *Smash*

Menurut Ahmadi (2007, p.32), *smash* adalah pukulan di mana tangan melakukan kontak penuh pada bagian atas bola, sehingga bola meluncur dengan lintasan curam dan kecepatan tinggi. Pukulan smash harus dilakukan dengan cepat, tepat, dan keras agar lawan kesulitan menerima bola, sehingga peluang tim untuk mendapatkan poin menjadi lebih besar.

4. *Block*

Menurut Putra dkk. (2024, p.9), *blocking* atau membendung bola adalah kemampuan bertahan yang bertujuan untuk menghentikan atau memperlambat serangan dari tim lawan di area dekat net. Teknik dasar memegang peranan penting dalam meraih prestasi dalam olahraga. Keberhasilan sebuah tim dalam pertandingan sangat bergantung pada kemampuan para pemain dalam menguasai teknik dasar dengan baik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik dalam bola voli adalah metode memainkan olahraga ini secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku, guna mencapai tujuan permainan. Teknik dasar bola voli terdiri dari empat jenis, yaitu *servis*, *passing*, *smash*, dan *block*. Penguasaan terhadap teknik-teknik tersebut menjadi salah satu faktor kunci agar seorang pemain dapat memainkan bola voli dengan baik.

2.1.4 Kelas Atlet

2.1.4.1 Pengertian Kelas Atlet

Program kelas atlet merupakan salah satu bentuk pembinaan olahraga yang terstruktur dan terencana, yang dilaksanakan oleh lembaga pendidikan dengan tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik yang memiliki bakat serta prestasi di bidang olahraga (Annifa & Noor, 2025, p.45). Program ini berperan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang mendukung perkembangan kemampuan fisik, keterampilan teknis, serta kepribadian disiplin dan tangguh pada diri siswa. Menurut Jumarini dkk. (2024, p.210), pembinaan olahraga di sekolah tidak hanya difokuskan pada peningkatan kemampuan jasmani, tetapi juga meliputi pengembangan aspek teknik, taktik, dan mental melalui proses pelatihan yang sistematis dan berkesinambungan.

Program kelas atlet tidak hanya menekankan pada pencapaian prestasi olahraga semata, tetapi juga berupaya menjaga keseimbangan antara aspek akademik dan non akademik (Trimantika dkk, 2025, p.896). Siswa yang tergabung dalam program ini diharapkan mampu berprestasi di lapangan olahraga tanpa mengabaikan tanggung jawab akademiknya di sekolah. Oleh karena itu, lembaga pendidikan perlu menyediakan sistem pembelajaran yang adaptif, dengan jadwal yang fleksibel, metode belajar inovatif, serta dukungan dari tenaga pendidik yang memahami kebutuhan siswa atlet. Pendekatan semacam ini bertujuan agar para atlet pelajar dapat mengelola waktu antara kegiatan belajar dan latihan secara seimbang, sehingga prestasi akademik dan olahraga dapat berkembang secara bersamaan (Adi dkk., 2025, p.7).

Berdasarkan pendapat dari beberapa ahli, keberadaan kelas atlet menjadi wujud nyata integrasi antara pendidikan dan pembinaan olahraga. Program ini tidak hanya menjadi wadah bagi siswa untuk menyalurkan minat dan bakatnya di bidang olahraga, tetapi juga sarana untuk menumbuhkan nilai-nilai positif seperti kedisiplinan, kerja keras, sportivitas, dan tanggung jawab. Melalui penyesuaian kurikulum, jadwal belajar yang disesuaikan dengan kegiatan latihan, serta pendampingan akademik yang berkelanjutan, siswa atlet tetap dapat memenuhi standar pendidikan nasional sambil mempersiapkan diri menghadapi kompetisi olahraga di berbagai tingkat.

2.1.4.2 Tujuan Kelas Atlet

Tujuan utama dari program kelas atlet adalah mencetak generasi muda yang berprestasi di bidang olahraga tanpa mengabaikan pencapaian akademik mereka (Trimantika dkk., 2025, p.896). Program ini menekankan pentingnya keseimbangan antara pendidikan dan pelatihan olahraga agar siswa tidak hanya unggul dalam keterampilan fisik, tetapi juga memiliki kemampuan intelektual yang memadai. Menurut Maradjabessy (2020, p.30) pembinaan atlet pelajar harus berlandaskan prinsip integrasi antara pendidikan dan olahraga, yang berarti kegiatan olahraga harus menjadi bagian dari proses pendidikan secara menyeluruh. Dengan demikian, siswa atlet tidak hanya dipersiapkan untuk berprestasi di arena kompetisi, tetapi juga untuk menjadi individu yang cerdas, berkarakter, dan siap menghadapi berbagai tantangan di masa depan.

Melalui penerapan program kelas atlet, sekolah berupaya menanamkan nilai-nilai positif seperti kedisiplinan, tanggung jawab, kerja keras, dan semangat pantang menyerah (Asry & Hidayat, 2025, p.130). Siswa yang terlibat dalam program ini dituntut

untuk mampu mengatur waktu dengan baik antara kegiatan belajar dan latihan, sehingga mereka terbiasa dengan pola hidup yang terencana dan terarah. Selain itu, semangat kompetitif yang ditanamkan dalam program ini tidak hanya berlaku di lapangan olahraga, tetapi juga di dalam kehidupan sehari-hari, di mana siswa didorong untuk terus berusaha mencapai yang terbaik tanpa mengabaikan nilai-nilai sportivitas dan etika. Pembentukan karakter seperti inilah yang menjadi nilai tambah dari keberadaan kelas atlet dalam sistem pendidikan formal (Muhtar dkk., 2019, p.28).

2.1.4.3 Sistem Pelaksanaan Kelas Atlet

Sistem pelaksanaan program kelas atlet pada dasarnya merupakan hasil kolaborasi yang terencana antara berbagai pihak yang terlibat, seperti sekolah, pelatih, dan instansi olahraga daerah. Kolaborasi ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan pembinaan yang kondusif, terarah, dan berkelanjutan bagi siswa yang memiliki potensi di bidang olahraga (Trimantika, 2025, p.897). Pihak sekolah berperan sebagai penyelenggara utama yang mengatur kurikulum dan jadwal belajar, sedangkan pelatih bertanggung jawab dalam aspek teknis latihan dan peningkatan kemampuan atlet (Wijaya dkk., 2024, p.1241). Sinergi antareleman ini menjadi kunci keberhasilan dalam mencetak atlet pelajar yang berprestasi tanpa mengabaikan aspek akademik mereka.

Menurut Naja & Priyanto (2025, p.680), sistem pembinaan atlet di sekolah mencakup empat komponen utama yang saling berkaitan:

1. Perencanaan Latihan

Penyusunan program latihan yang disesuaikan dengan usia, kemampuan fisik, dan cabang olahraga yang ditekuni siswa. Program latihan ini disusun secara periodik dan mempertimbangkan keseimbangan antara intensitas latihan dan kebutuhan akademik.

2. Pengawasan dan Evaluasi

Dilakukan secara berkala untuk menilai perkembangan kemampuan atlet baik dari segi fisik, teknik, maupun mental. Evaluasi ini juga digunakan sebagai dasar untuk melakukan penyesuaian program latihan agar tetap efektif dan efisien.

3. Koordinasi Akademik dan Non-Akademik

Upaya untuk menyelaraskan kegiatan belajar mengajar dengan program latihan atlet. Dalam hal ini, sekolah biasanya memberikan fleksibilitas bagi siswa atlet.

4. Dukungan Sarana dan Prasarana

Faktor penting yang menunjang keberhasilan program. Fasilitas latihan seperti lapangan, ruang kebugaran, peralatan olahraga menjadi kebutuhan dasar yang harus dipenuhi agar pembinaan berjalan optimal. Dengan penerapan sistem yang komprehensif tersebut, program kelas atlet tidak hanya menghasilkan prestasi di bidang olahraga, tetapi juga membentuk karakter dan kedisiplinan siswa sebagai bekal untuk masa depan.

2.1.4.4 Implementasi Kelas Atlet Bola Voli SMK Negeri 1 Cipatujah

Program kelas atlet di SMK Negeri 1 Cipatujah merupakan salah satu bentuk nyata dari pembinaan olahraga terstruktur yang diterapkan di lingkungan sekolah menengah kejuruan. Program ini bertujuan untuk menampung dan mengembangkan potensi siswa yang memiliki bakat serta minat dalam bidang bola voli. Di sekolah ini, kelas atlet dibagi berdasarkan tingkat pendidikan dan jenis kelamin, terdiri dari:

Tabel 2.1 Jumlah Peserta Didik Kelas Atlet Bola Voli SMK Negeri 1 Cipatujah

No.	Kelas	Jumlah Peserta Didik	
		Putra	Putri
1.	Kelas X	19	10
2.	Kelas XI	16	6
3.	Kelas XII	9	7

Sumber: Pembina Kelas Atlet SMK Negeri 1 Cipatujah (2025)

Berdasarkan Tabel 1. jumlah peserta didik yang mengikut kelas atlet bola voli di SMK Negeri 1 Cipatujah kelas X sebanyak 29 orang, kelas XI sebanyak 24 orang, dan kelas XII sebanyak 16 orang, dengan total keseluruhan 67 siswa atlet. Dari jumlah tersebut, terdapat 44 siswa putra dan 23 siswa putri yang secara aktif mengikuti kegiatan latihan. Pembagian ini dilakukan untuk memudahkan pelatih dalam mengelompokkan atlet sesuai kemampuan dan tingkat perkembangannya.

Pelaksanaan program latihan dilakukan setiap hari pukul 14.30, setelah kegiatan belajar mengajar berakhir. Jadwal ini dirancang agar tidak mengganggu proses pembelajaran akademik siswa. Latihan rutin mencakup berbagai aspek, seperti penguatan fisik, penguasaan teknik dasar dan lanjutan, peningkatan strategi permainan, serta pembinaan mental bertanding. Dengan pendekatan pembinaan yang menekankan keseimbangan antara performa olahraga dan perkembangan karakter siswa. Selain

latihan reguler, para atlet juga mengikuti latihan tambahan menjelang kompetisi atau saat menghadapi event olahraga antar pelajar, baik di tingkat kabupaten maupun provinsi.

Dalam implementasinya, SMK Negeri 1 Cipatujah juga menyediakan dukungan fasilitas latihan seperti lapangan bola voli yang memadai, perlengkapan latihan lengkap, serta prasarana sederhana untuk menunjang kondisi fisik atlet. Sekolah memberikan perhatian khusus terhadap kesejahteraan dan perkembangan akademik siswa atlet dengan melakukan pendampingan belajar yang sering mengikuti kejuaraan. Kolaborasi antara guru, pelatih, dan pihak sekolah menjadi kunci keberhasilan program ini. Selain itu, kegiatan ini juga didukung oleh instansi olahraga daerah dan komite sekolah, sehingga pelaksanaan program kelas atlet dapat berjalan optimal dan berkelanjutan. Dengan sistem pembinaan yang terarah, SMK Negeri 1 Cipatujah diharapkan mampu melahirkan atlet-atlet bola voli berprestasi yang dapat bersaing di tingkat daerah hingga nasional.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Berdasarkan hasil penelitian yang relevan, Pangestu dkk. (2021, p.69) dalam penelitiannya berjudul “Minat dan Motivasi Berprestasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli” menunjukkan bahwa Motivasi berprestasi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri se kecamatan sukasada kabupaten buleleng tahun pelajaran 2019/2020 yaitu 11 orang (16,4%) masuk kategori sangat tinggi, 14 orang (20,9%) tinggi, 23 orang (34,3%) sedang, 19 orang (28,4%) rendah, 0 orang (0%) sangat rendah. Hal ini membuktikan bahwa motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri manusia, tetapi kemunculannya terangsang/terdorong oleh adanya unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. Tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Maheswara (2022, p. 73) dalam skripsi yang berjudul ” Survei Tingkat Motivasi Berprestasi Atlet Bola Voli Pantai PORDA DIY 2022” menunjukkan bahwa motivasi berprestasi atlet bola voli pantai PORDA DIY 2022 lebih dominan pada dimensi ekstrinsik (53,12%) dibandingkan intrinsik (37,5%). Dari total responden, 90,62% atlet memiliki tingkat motivasi berprestasi yang tergolong baik. Hal ini membuktikan bahwa pencapaian prestasi atlet bola voli pantai PORDA DIY 2022 dipengaruhi oleh faktor-faktor ekstrinsik.

Penelitian yang dilakukan oleh Yadi et al. (2025, p.1077) berjudul “Hubungan Motivasi Berprestasi Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bolavoli SMAN 2 Solok Selatan” menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara motivasi berprestasi terhadap kemampuan smash atlet bolavoli SMAN 2 Solok Selatan, semakin besar motivasi berprestasi seorang atlet, maka akan semakin tinggi kemampuan smash yang dimiliki oleh seorang atlet tersebut. Temuan ini menguatkan bahwa motivasi berprestasi memiliki peranan yang sangat penting dalam menentukan kualitas performa atlet, khususnya dalam kemampuan melakukan smash. Atlet dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung memiliki dorongan internal untuk terus berlatih, memperbaiki teknik, dan mengatasi berbagai hambatan yang dihadapi selama latihan maupun pertandingan.

Penelitian yang dilakukan oleh Juhrodin dkk. (2024, p.11) dengan judul “Motivasi Berprestasi Siswa dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Voli: Survei Faktor-Faktor Pendukung” menunjukkan bahwa motivasi berprestasi siswa dalam ekstrakurikuler bola voli didominasi oleh motivasi intrinsik, khususnya karena minat, bakat, dan motivasi internal. Namun, faktor motivasi ekstrinsik juga berpengaruh, terutama melalui dukungan lingkungan sekolah, keluarga, dan pelatih, serta ketersediaan sarana prasarana yang memadai. Hasil ini membuktikan bahwa motivasi mempengaruhi kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Penelitian yang dilakukan oleh Syukri et al. (2020, p.1165) berjudul “Hubungan Motivasi Berprestasi dan Emosional terhadap Keterampilan Bermain Bolavoli” menunjukkan bahwa variabel motivasi berprestasi berhubungan terhadap keterampilan bermain atlet bolavoli Delta Harapan Desa Lunto Timur Kota Sawahlunto. variabel motivasi berprestasi berhubungan terhadap keterampilan bermain atlet bolavoli Delta Harapan Desa Lunto Timur Kota Sawahlunto. Temuan ini memberikan bukti bahwa semakin besar dorongan motivasi yang timbul dalam diri seseorang maka prestasi yang di dapat juga akan semakin baik. Prestasi bisa didapat karena adanya dukungan dari orang tua, teman, sahabat dan lain-lain.

Berbagai penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa motivasi berprestasi memegang peranan penting dalam meningkatkan performa atlet, khususnya dalam cabang olahraga bola voli. Motivasi tersebut menjadi faktor pendorong utama bagi atlet untuk mencapai target, mempertahankan konsistensi latihan, serta mengembangkan potensi diri secara optimal. Meskipun demikian, hingga saat ini belum ditemukan

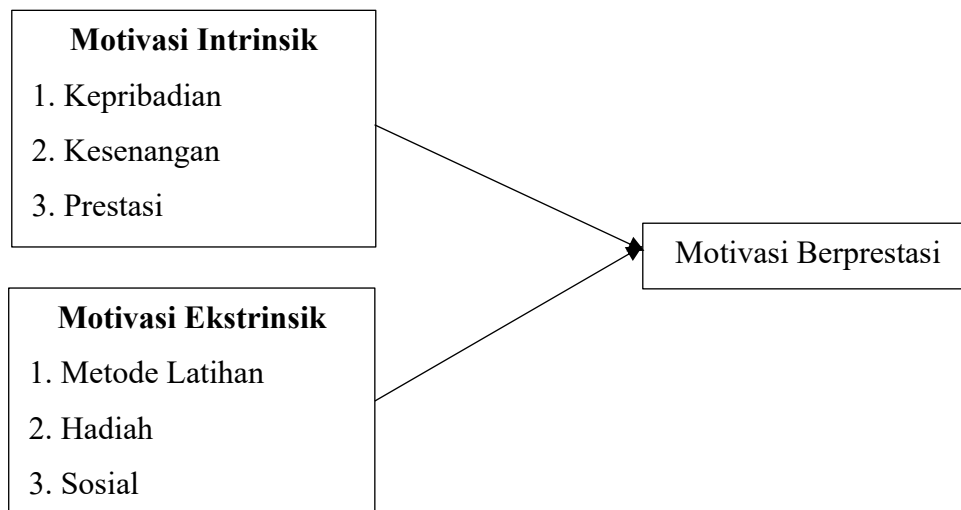
penelitian yang secara khusus mengkaji motivasi berprestasi pada peserta didik di SMK Negeri 1 Cipatujah, terutama pada program kelas atlet yang memiliki karakteristik dan dinamika tersendiri. Oleh karena itu, penelitian ini dianggap penting untuk dilakukan guna memahami lebih dalam bagaimana motivasi berprestasi berkembang dalam lingkungan pendidikan yang juga berorientasi pada pengembangan prestasi olahraga.

2.3 Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual dalam penelitian ini menjelaskan tingkat motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik pada motivasi berprestasi siswa kelas atlet bola voli di SMK Negeri 1 Cipatujah. Motivasi intrinsik meliputi faktor-faktor yang berasal dari dalam diri siswa seperti kepribadian, kesenangan, dan dorongan untuk berprestasi. Kepribadian berperan dalam membentuk sikap disiplin, tanggung jawab, serta rasa percaya diri siswa dalam menghadapi latihan dan pertandingan. Kesenangan muncul dari rasa cinta terhadap olahraga bola voli itu sendiri, di mana siswa merasa bahagia dan termotivasi saat berlatih maupun bertanding. Sementara itu, dorongan untuk berprestasi mendorong siswa untuk mencapai hasil terbaik, berusaha melampaui kemampuan sebelumnya, dan menjadi yang terdepan di antara rekan-rekannya. Siswa yang memiliki motivasi intrinsik tinggi akan terdorong untuk berlatih dan berkompetisi dengan semangat karena adanya kepuasan pribadi dalam mencapai hasil terbaik. Dalam konteks kegiatan olahraga bola voli, motivasi intrinsik berperan penting dalam menumbuhkan semangat berlatih yang konsisten tanpa bergantung pada penghargaan eksternal.

Selain itu, motivasi ekstrinsik juga menjadi faktor yang turut memengaruhi motivasi berprestasi siswa. Motivasi ini muncul dari faktor luar seperti metode latihan yang diterapkan pelatih, pemberian hadiah atau penghargaan, dukungan sosial dari teman dan keluarga, serta fasilitas latihan yang memadai. Metode latihan yang diterapkan pelatih berperan penting dalam membentuk kemampuan teknis dan taktis siswa, karena latihan yang bervariasi, menarik, dan menantang dapat menumbuhkan semangat serta rasa percaya diri dalam berkompetisi. Pemberian hadiah atau penghargaan menjadi bentuk apresiasi atas usaha dan pencapaian siswa, sehingga dapat memotivasi mereka untuk terus meningkatkan kinerja dan prestasi. Dukungan sosial dari teman dan keluarga memberikan dorongan emosional yang kuat, membuat siswa merasa dihargai, didukung, dan tidak berjuang sendirian dalam proses latihan maupun pertandingan. Sementara itu,

fasilitas latihan yang memadai seperti lapangan yang baik, peralatan olahraga lengkap, dan lingkungan latihan yang nyaman dapat menciptakan suasana latihan yang efektif serta meningkatkan antusiasme siswa dalam berlatih. Faktor-faktor eksternal tersebut dapat meningkatkan semangat dan komitmen siswa dalam mencapai prestasi olahraga yang optimal.



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Sumber: Peneliti (2025)

2.4 Hipotesis

Abdullah (2015, p.45): "Hipotesis adalah jawaban sementara yang hendak diuji kebenarannya melalui penelitian". Selanjutnya menurut Marwan (2008, p.20) menjelaskan bahwa "Hipotesis merupakan jawaban tentative terhadap masalah. Hipotesis semacam "bakal teori" atau "mini teori" yang ketat akan diuji kebenarannya dengan data". Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis merupakan gambaran hasil penelitian di lapangan melalui teori dan praktek yang akan dibuktikan hasilnya. Menurut Sugiyono (2017, p.13) "Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih (independent) tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel lain.". Maka Penelitian ini tidak menggunakan hipotesis karena bersifat deskriptif.